Автономная некоммерческая образовательная организация высшего образования «Воронежский экономико-правовой институт» (АНОО ВО «ВЭПИ»)

АНОО ВО "ВОРОНЕЖСКИЙ ЭКОНОМИКО-ПРАВОВОЙ ИНСТИТУТ", АНОО ВО "ВЭПИ", ВЭПИ

Подписано цифровой подписью: АНОО ВО "ВОРОНЕЖСКИЙ ЭКОНОМИКО-ПРАВОВОЙ ИНСТИТУТ", АНОО ВО "ВЭПИ", ВЭПИ
Дата: 21.09.2021 12:10:22 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по учебно-методической работе
_____ А.Ю. Жильников
«21» _____сентября_____ 2021 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ЛАБОРАТОРНЫХ РАБОТ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Б1.В.03 Теоретические основы и технологии оказания психологической помощи
(наименование дисциплины (модуля))

37.04.01 Психология
(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) Психологическое консультирование участников образовательных отношений
(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника Магистр
(наименование квалификации)

Форма обучения очная, очно-заочная
(очная, очно-заочная, заочная)

Воронеж 2021

Методические рекомендации по выполнению лабораторных работ по дисциплине (модулю) рассмотрены и одобрены на заседании кафедры психологии.

Протокол от «17» октября 2021 г. № 2

Заведующий кафедрой Л.В. Абдалина

Разработчики:

Доцент И.Ю. Кадацких

Лабораторная работа № 1
«Психологическая помощь»

Цель работы: освоить основные подходы к определению и классификации психологической помощи.

1. Краткие теоретические сведения

1. Отработать классификацию психологической помощи по разным показателям. 2. Определить вид психологической помощи. 3. Выявить специфику неотложной психологической помощи.

2. Порядок выполнения работы и содержание отчета

Порядок выполнения работы:

1) Определить вид необходимой психологической помощи.

Группа разбивается на пары, каждой из которых предстоит выработать определенную стратегию работы с конкретным случаем, описанным ниже.

А. Проективный тест «Случай с Сергеем».

Действие происходит в центре психологической помощи, где квалифицированные психологи проводят индивидуальную и групповую работу. Сергей пришел на консультацию и рассказал о себе следующее:

«Мне 25 лет. Я – студент психологического факультета. Недавно решил специализироваться в области психологического консультирования. Я окончил три курса, прослушал спецкурсы по психологии личности, общения и даже прошел группу личностного роста. Я решил, что если собираюсь работать с людьми как консультант, то мне следует, прежде всего, лучше взглянуть на себя.

В свои 25 лет я чувствую, что прожил большую часть своей жизни впустую. К настоящему моменту я бы хотел уже окончить университет и работать, а вместо этого я всего лишь студент. Я понял, что без основательного понимания себя человек не может полноценно жить, и решил специализироваться в области консультативной психологии и работать консультантом с проблемными детьми. Мне помог в свое время один человек, и я бы также хотел помогать подросткам. Не все же моя личностная проблематика далека от настоящей проработки. У меня мало друзей, я испытываю страх и робость со сверстниками или людьми старше меня. Я чувствую себя хорошо с детьми, потому что они еще искренни. Я очень беспокоюсь по поводу того, достаточно ли я подхожу для практической работы в качестве психолога-консультанта. Одна из моих проблем – я много курю и, бывает, выпиваю. В основном это случается, когда мне одиноко и кажется, что я всегда буду никому не нужным. Я боюсь людей вообще, но особенно сильных и привлекательных женщин. Возможно, я всегда думаю о том, что они меня оценивают, и боюсь, что они считают меня недостаточно мужественным. Мне кажется, что я не соответствую их ожиданиям вы отношении мужчины. Я действительно даек от образца мужской «модели». У меня немужественной лицо, я довольно мягок в обращении и часто

задумываюсь, соответствую ли я вообще современным представлениям о мужском идеале.

Довольно часто меня охватывает тревога, особенно по ночам. Иногда мне хочется куда-нибудь сбежать, чтобы никто меня видел. Часто я страдаю от того, что считаю себя неудачником. Я вообще часто зацикливаюсь на себе, на мыслях о собственной бесполезности. В такие моменты я себя ненавижу. Мне кажется в тяжелые минуты, что лучше мне вообще было не родиться или даже что лучше – умереть. Тогда бы я, по крайней мере, перестал страдать. Если быть откровенным, я не могу сказать, что кого-нибудь когда-нибудь любил всей душой. Да и меня никто никогда не любил по-настоящему.

Но все, конечно, не так мрачно, так как у меня нашлось достаточно настойчивости, чтобы поступить в университет, тем более на факультет психологии. Мне нравиться то, что я хочу работать над собой и прилагаю усилия в этом направлении. Я знаю, что мне нужен человек, который помог бы мне. Мне нравиться в себе то, что я осознаю свои страхи, что способен остро чувствовать и что могу рискнуть, даже если чего-то боюсь.

Что было у меня в прошлом? Какие наиболее значительные события и поворотные моменты моей жизни? Главным поворотным моментом было, как ни странно, общение с командиром взвода в армии, молоденьким лейтенантом. Он воодушевил меня на поступление в университет, он говори, что видит во мне способности, требуемые для работы с подростками. Мне трудно было вначале поверить в это, но его вера помогла мне. Следующим значительным событием была моя женитьба и развод. Наши семейные взаимоотношения длились недолго, жена ушла от меня. Это было страшным ударом по моему мужскому самолюбию. Она была очень сильной женщиной, доминантным типом. Жена не упускала случая подчеркнуть, что я – «не деловой», «не мужик». С тех пор я опасаюсь сближаться с женщинами из-за страха, что они меня станут подавлять.

Мои родители не разводились, но лучше было бы, наверное, чтобы они это сделали. Они часто ссорились. Насколько я понимаю, именно мать была инициатором. Она была доминирующей личностью и часто «катила бочку» на отца, который был слабым, пассивным и робким по сравнению с матерью. Он никогда не возражал ей. Кроме того, мои «предки» всегда сравнивали меня не в мою пользу со старшими братом, который был «замечательным ребенком, удачливым и прилежным учеником». Я сам не знаю, как случилось, что я оказался неудачником.

Я помню, отец кричал: «Ты что, тупой? Соображать надо! Идиот ненормальный! Ты никогда ничего не добьешься!». Моя мать обходилась со мной также, как она обходилась с отцом. «Ты – тряпка, а не мужчина. Когда ты уже вырастешь и уедешь? Хоть глаза не будешь мозолить, чтоб сердце мое не болело!». Вот что я от нее слышал. Помню, мне было лет 10 или 12, я пытался заснуть ночью, чувствуя себя совершенно ненужным. Мне хотелось построить свой домик и в нем жить.

Мы жили в маленьком городке. В отцовской семье не было разговоров ни о религии, ни о чем таком… по правде говоря, я часто ловлю себя на мысли, что я – сын не своих родителей.

У меня, по-моему, классический комплекс неполноценности. Мне бы

хотелось уважать себя больше. Надеюсь, что я смогу научиться любить. Мне хочется также избавиться от чувства вины и тревожности и относиться себе как к нормальному человеку. Я действительно хочу стать хорошим детским консультантом, а для этого мне надо глубоко понять себя. Правда, я не совсем определился, что это означает. Но знаю твердо, что мне нужно освободиться от саморазрушительных склонностей и научитьсябольше доверять людям. Может быть, вы сможете мне помочь».

Б. Молодой человек 32-х лет, проведя в учреждениях пенитенциарной системы 10 лет, вернулся домой – к пожилой матери, инвалиду I группы. Безуспешно пытается найти работу. Определите, каковы основные проблемы семьи? Куда может обратиться клиент? Какую помощь может оказать психолог?

2) Выявить специфику неотложной психологической помощи. Освоить процедуру проведения техники «Колесо жизни». Провести рефлексию области собственной жизни, представляющие ценность. Подобрать диагностические методики для выявления ресурсов самовосстановления. Разработать план работы по определению направления и способа построения жизненной перспективы.

Содержание отчета:

1) составить отчет о специфике видов психологической помощи.

2) сделать выводы от особенностях неотложной психологической помощи и способах построения жизненной перспективы.

3. Контрольные вопросы

1) Какие виды помощи оказываются человеку в повседневной жизнедеятельности.

2) Дайте определение психологической помощи.

Лабораторная работа № 2

«Основные стратегии работы практического психолога»

Цель работы: освоить основные стратегии работы практического психолога.

1. Краткие теоретические сведения

1. Определить стратегию работы практического психолога.
2. Отработать специфику стратегии работы практического психолога.

2. Порядок выполнения работы и содержание отчета

Порядок выполнения работы:

1) Определить стратегию работы психолога в следующих случаях:

А. Владелица салона обратились с просьбой найти причину пониженного дохода. Всех сотрудников элитного салона продиагностировали на приборе (по 15 мин.). Было выявлено, что у 90% сотрудников присутствует отрицательная установка на богатых клиентов, а также то, что администратор склонна к отбору персонала по признаку лояльности к эзотерике. После увольнения администратора и перекодирования у персонала установки, доход салона вырос на 60%.

Б. Женщина (36 лет), частный предприниматель, жаловалась на проблему с деньгами. При необходимости брать деньги в руки у нее возникал необъяснимый страх, из-за чего часто расстраивались сделки, она теряла клиентов. Как выяснилось, причина этого лежала в детстве, когда она взяла у мамы из кошелька деньги, чтобы купить себе куклу. Мать обнаружила пропажу денег и начала ее бить, при этом говоря: «*Если ты еще раз возьмешь деньги, я тебя убью*!». Эта фраза в дальнейшем заставляла женщину чувствовать страх перед деньгами и как следствие бессознательно избегать денег. После осознания этого и создания позитивной установки женщина приобрела способность легко обращаться с деньгами. Через два дня у нее уже были три сделки, а ее ежемесячный доход вскоре увеличился на 30%.

В. Мама привела свою дочку спортсменку по художественной гимнастике с проблемой – во время соревнований часто падают булавы из рук. Диагностику проводили на приборе (45 мин.). Причина падений булавы была в прошлых травмах, когда падающая булава била спортсменку по рукам. Эти травмы образовали в мозге спортсменки болезненные доминанты, которые и вызывали падения булав во время соревнований – когда булава падет в руку, психика командует убрать руку, т.к. в прошлом булава причиняла боль. Таким образом спортсменка опаздывала на доли секунды при ловле булав, что и приводило к их падению. После устранения болезненных случаев из памяти спортсменки, количество падений булав сократилось на 90%.

2) Группа разбивается на пары, каждой из которых предстоит выработать определенную стратегию работы с конкретным случаем, описанным ниже.

А. Молодая женщина (27 лет), страдала от головных болей. Причина обнаружилась в течении 30 минут при использовании прибора, которая крылась в том, что в детстве она упала и ударилась головой. Находясь в состоянии болевого шока и помутнения сознания, она ответила на вопрос подошедшего мальчика: «Сильно голова болит?» согласившись: «Да, голова сильно болит». Этого было достаточно, чтобы такая фраза зафиксировалась как команда. После осознания женщиной этого давно забытого случая головная боль исчезла и больше не вернулась.

Б. Мужчина (51 год), жаловался на плохую память. При использовании прибора выяснилось (1,5 час.), что еще в школе он написал на доске что-то, что вызвало гнев учителя. Учитель грозно приказал: «Сотри все!». Этот окрик был записан перепуганному школьнику в бессознательное и в дальнейшем определял плохую память этого мужчины на протяжении десятков лет! Он как бы постоянно «стирал» свои воспоминания, поэтому не мог вспомнить почти ничего из детства и плохо запоминал новые сведения. Проработав этот случай, мужчина не только восстановил воспоминания детства, но и стал лучше запоминать все, что ему нужно для его жизни и работы.

В. Женщина (25 лет). Жалоба – я некрасивая, сама себе не нравлюсь и это меня мучает. Диагностику проводили на е (60 мин.). Причина была найдена в глубоком прошлом клиентки, когда её мама была ею беременна. В тот период у матери был диатез, и она как-то стоя у зеркала все причитала глядя на своё отражение: «Боже, какая я некрасивая! ...». Эта установка передалась рожденной девочки, и теперь у неё уже кода она смотрелась в зеркало постоянно в голове крутилась эта мысль: «Какая я некрасивая!». После коррекции и устранения из памяти этого прошлого события, женщина стала адекватно оценивать свою внешность.

Содержание отчета:

1) составить отчет о специфике стратегий психологической помощи.

2) сделать выводы от особенностях стратегий психологической помощи.

3. Контрольные вопросы

1) Какие стратегии психологической помощи применяет психолог в своей работе.

2) Определить основные стратегии психологической помощи.

Лабораторная работа № 3
«Теоретические подходы к пониманию и реализации психологической помощи»

Цель работы: освоить теоретические подходы к пониманию и реализации психологической помощи.

1. Краткие теоретические сведения

1. Определить особенности гештальт-подхода и клиент-центрированной терапии в психологическом консультировании.
2. Отработать специфику работы в гештальт-подходе.

2. Порядок выполнения работы и содержание отчета

Порядок выполнения работы:

А. Демонстрация и отработка психотехник клиент-центрированной психотерапии: сопровождение клиента, техника повторов, метафора, эмпатические ответы консультанта,

Б. Демонстрация и отработка психотехник гештальт-терапии: «диалог между частями собственной личности», «Круги», «Незаконченное дело», проективная игра, «реверсия», «горячий стул», «пустой стул», упражнения на воображение.

В. Ответьте на вопросы методики КОС (выявление коммуникативных и организаторских склонностей), Каков уровень развития ваших коммуникативных и организаторских способностей? Соответствуют ли ваши представления о себе результатам, полученным с помощью данного опросника?

Содержание отчета:

1) составить отчет о специфике клиент-центрированной психотерапии.
2) сделать выводы от особенностях гештальт-терапии.

3. Контрольные вопросы

1) Определить основные теоретические подходы к пониманию и реализации психологической помощи.
2) Дать характеристику основных теоретических подходов к пониманию и реализации психологической помощи.

Лабораторная работа № 4
«Виды психологической помощи»

Цель работы: освоить виды психологической помощи.

1. Краткие теоретические сведения

1. Отработать классификацию видов психологической помощи. 2. Отработка навыков активного слушания.

2. Порядок выполнения работы и содержание отчета

Порядок выполнения работы:

1) Демонстрация и отработка психотехник семейного консультирования:

- указания (директивы),
- семейная дискуссия,
- психологическая скульптура семьи,
- игровая драматизация («моя семья»).

2) Тренировка навыков активного слушания. Студенты предлагают различные варианты уточнения, парафраза, отражения чувств, резюмирования к заданному сообщению. При обсуждении выявляются лучшие варианты, соответствующие техникам активного слушания.

Сообщение: «Вчера супруг опять сделал мне замечание в присутствии наших гостей. Как будто я ничего не умею сама и мне надо объяснять, как сделать так, чтобы выглядело хорошо. Надоело мне все это, давно пора покончить с этой нервотрепкой».

Уточнение:

Парафраз:

Отражение чувств:

Резюмирование:

3) Ознакомьтесь с пятишаговой моделью интервью, применяемой в психологическом консультировании.

Таблица 1. Пятишаговая модель интервью

Определение стадии	Функции и цели стадии	Культурные и индивидуальные проблемы
1. Взаимопонимание /структурирование. *«Привет!»*	Построить прочный союз с клиентом, добиться, чтобы он чувствовал себя психологически комфортно. Структурирование может быть необходимо для объяснения целей интервью. Определенная структура помогает не отвлекаться от главной задачи, а также дает клиенту информацию о возможностях консультирующего.	С некоторыми личностями или с некоторыми социально-культурными слоями процесс достижения взаимопонимания может стать довольно длительным. Методы раппорта варьируются в зависимости от индивидуальных или культурных особенностей.
2. Сбор информации. Выделение проблемы,	Определить, зачем клиент пришел на консультацию и как он видит	Не все клиенты воспринимают тщательное вычленение

идентификация потенциальных возможностей клиента. *«В чем проблема?»*	свою проблему. Умелое определение проблемы поможет избежать бесцельного разговора, задает направление беседе. Необходимо четко уяснить позитивные возможности клиента.	проблемы, типичное для психологов, ориентированных на средний класс. Однако, после того, как цели клиента четко поняты, следует вернуться к определению проблемы
3. Желаемый результат. К чему хочет прийти клиент? *«Чего вы хотите добиться?»*	Определите идеал клиента. Каким бы он хотел стать? Что произойдет, когда проблемы будут решены? (Это информирует психолога о том, что именно хочет клиент.) Желаемое направление действий клиента и психолога должно быть разумно согласовано. С некоторыми клиентами необходимо, опустив 2-ю стадию, выделить сначала цели.	Если проблема ясна и конкретна, рекомендации могут быть даны немедленно. Некоторые социально-культурные группы или отдельные индивиды предпочитают начинать прямо отсюда.
4. Выработка альтернативных решений. *«Что еще мы можем сделать по этому поводу?»*	Поработать с разными вариантами решения данной проблемы. Это подразумевает творческий характер подхода к данной задаче, поиск альтернатив во избежание ригидности и выбор среди этих альтернатив. Данный этап может включать длительное исследование личностной динамики. Эта фаза интервью может быть самой продолжительной	Очень важно учитывать индивидуальные и культурные различия при выработке вариантов решений. То, что является «правильным» решением с вашей точки зрения, может оказаться совершенно неприемлемым для другого. С некоторыми группами предпочтителен директивный стиль рекомендаций.
5. Общение. Переход от обучения к действию. *«Вы будете делать это?»*	Способствовать изменению мыслей, действий и чувств в повседневной жизни клиента. Многие клиенты после интервью ничего не делают, чтобы изменить свое поведение, оставаясь на своих прежних позициях.	Степень обобщения сильно зависит от того, насколько полно вы учитывали индивидуальные и культурные различия на разных стадиях интервью.

Используя представленную пятишаговую модель, обсудите с другом или родственником, которому предстоит принять решении, его проблему (предстоящую покупку, перемену работы, ежедневную проблему в общении с близкими или коллегами). Примите к сведению следующие рекомендации.

1. Взаимопонимание/структурирование. Отведите некоторое время на достижение взаимопонимания и расскажите вашему «клиенту» о структуре предстоящей беседы.

2. Сбор информации. Выясните проблему и позитивные ресурсы клиента. Желательно расспросить клиента о его прошлом, происхождении проблемы, о том, как он пытался ее решить. Изучите важные черты и факторы, лежащие в основе проблемы.

3. Желаемый результат. Спросите клиента, чего бы он хотел достичь в идеале. Поставьте в качестве цели выработку оптимального решения.

4. Выработка альтернативных решений. Используйте примеры творческих решений, приведенные в данной главе. Теперь, когда проблема и желаемый исход для вас ясны, сколько альтернативных выборов вы сможете предложить клиенту? Придумайте возможно большее количество идей. Проследите, какие решения приведут к желаемой цели и выберите один способ действий.

Попросите вашего клиента пофантазировать, что будет через год, если клиент будет следовать выбранной стратегии поведения? Этот дневник будущего может быть и письменным, если хотите. Обсудите дневник с клиентом, обращая внимание на то, какие эмоции он испытывает. Удовлетворен ли он перспективой? Вы можете обнаружить, что пристальное рассмотрение будущего поставит перед клиентом дополнительные задачи. Чтобы не выйти за рамки этого упражнения, ограничьтесь исходными проблемами.

Если клиент эмоционально не удовлетворен тем, что принесет ему принятое решение, обсудите другие альтернативы. И, наконец, попросите клиента выбрать один из возможных вариантов.

5. Обобщение. Составьте договор с клиентом об исполнении решения или хотя бы части его. Это потребует некоторого творчества. Последите за клиентом в течение нескольких дней, посмотрите, как он исполняет договор и, в случае необходимости, поощрите, скажите, что микропроблемы не должны для него заслонять конечную цель. Составьте долгосрочный план обобщения.

Проанализируйте процесс консультирования, его результаты. Удалось ли Вам реализовать пятишаговую модель? Что ощущали Вы при взаимодействии с клиентом? Как вел себя клиент? Что, по-вашему, он чувствовал, как его чувства отражались в его поведении? Что помогало и что мешало Вам в проведении работы? Сделайте соответствующие записи.

Содержание отчета:

1) составить отчет об основных психотехниках семейного консультирования.

2) охарактеризовать техники активного слушания.

3. Контрольные вопросы

1) Определить особенности основных этапов консультирования.

2) Дать характеристику основных психотехник семейного консультирования.

Лабораторная работа № 5
«Психологическое здоровье»

Цель работы: освоить критерии и уровни психологического здоровья.

1. Краткие теоретические сведения

Отработка навыков решения психологической проблемы.

2. Порядок выполнения работы и содержание отчета

Порядок выполнения работы:

1) Кейс-задание

Анастасия, 33 года, обратилась с жалобой на раздражительность, нарушение сна, «тяжелые» подъемы по утрам. Последние несколько месяцев ее преследует чувство усталости в течение всего дня, постоянные мысли об отдыхе. «Я с нетерпением жду окончания рабочего дня, чтобы поскорее прийти домой и завалиться в кровать», - говорит девушка. Последней каплей, ставшей причиной обращения девушки к психологу, послужили начавшиеся ссоры с близкими, вспышки гнева «по пустякам».

Девушка работает продавцом-консультантом в отделе косметики. Рабочая смена длится с 9.00 и до 20:00 часов, график «2 через 2». Часто работает без выходных, так как ее некому заменить. Отдел косметики находится в оживленном торговом центре. «На прежнем месте работы все было по-другому, – жалуется Анастасия, – не больше 10-ти покупателей за день, я даже могла спокойно отлучаться с рабочего места, не опасаясь, что кого-то не обслужу, а здесь – только каждые полчаса по 10-15 человек. И каждому клиенту нужно улыбаться и говорить приветственные слова, ни в коем случае не оставлять его наедине, пока он принимает решение о покупке. Задача продавца – предложить, как можно большее число вариантов, наилучшим образом удовлетворявших его запросу. Самое неприятное – несмотря на то, что я старалась выглядеть компетентной, далеко не каждый приобретал товар». Впоследствии, резюмируя свое состояние, Анастасия призналась, что работа с людьми с какого-то момента перестала ей нравиться, доставлять былое удовольствие, что, в свою очередь, отразилось на качестве ее выполнения.

Структура решения кейса

Выполните следующие задания:

1. Опишите проблему, с которой столкнулся клиент;

2. Укажите возможные причины возникновения проблемы;

3. Укажите симптомы, отражающие особенности проявления данной проблемы:

физические проявления;

социально-поведенческие признаки;

психоэмоциональные признаки.

4. Предположите возможные варианты решения проблемы (психологическое сопровождение).

5. Укажите возможные направления психопрофилактики.

2) Рассмотреть проблему эмоционального выгорания. Выделить причины эмоционального выгорания. Определить симптомы эмоционального выгорания. Выделить физические проявления, социально-поведенческие признаки, психоэмоциональные признаки.

Содержание отчета:

1) составить отчет об основных направлениях рещения проблемы.

2) разработать коррекционную программу поведения.

3. Контрольные вопросы

1) Определить основные этапы решения проблемы.

2) Дать характеристику основных этапов психокоррекционной программы.

Лабораторная работа № 6
«Особенности работы психолога в учреждениях различного типа»

Цель работы: освоить особенности работы психолога в учреждениях различного типа.

1. Краткие теоретические сведения

2. Порядок выполнения работы и содержание отчета

Порядок выполнения работы:

1) Разработать программу по психопрофилактике адаптации воспитанников учреждений интернатного типа для детей, лишенных попечения родителей (дома ребенка, детские дома, школы-интернаты) к широкому социальному окружению. В процессе работы необходимо решить следующие вопросы:

- взаимоотношений воспитанников со взрослыми и сверстниками в массовой школе, с семьями учеников;
- взаимоотношений воспитанников с родителями и опекунами.

взаимоотношений воспитанников с шефами и представителями других организаций, оказывающих детскому учреждению интернатного типа помощь в воспитании детей;

- взаимоотношений воспитанников с местными жителями, непосредственным окружением детского учреждения интернатного типа;
- подготовки воспитанников к самостоятельной жизни после выхода из детского дома, школы-интерната;
- организации досуговой деятельности воспитанников.

2) Разработать схему психодиагностики познавательной сферы дошкольника.

3) Разработать схему психодиагностики межличностных отношений в группе подростков.

Содержание отчета:

1) представить программу психопрофилактики по адаптации воспитанников учреждений интернатного типа для детей, лишенных попечения родителей (дома ребенка, детские дома, школы-интернаты) к широкому социальному окружению.

2) предоставить программы психодиагностического обследования.

3. Контрольные вопросы

1) Определить особенности работы психолога в учреждениях различного типа.

2) Дать характеристику основных этапов психодиагностического обследования, психокоррекционной и развивающей программы.

Лабораторная работа № 7
«Профессиональное развитие психолога»

Цель работы: освоить этапы профессионального развития психолога.

1. Краткие теоретические сведения

1. Проанализировать этапы становления психолога. 2. Охарактеризовать этапы профессионального развития психолога.

2. Порядок выполнения работы и содержание отчета

Порядок выполнения работы:

1) Напишите эссе на тему: «Мой выбор профессии «психолог» (Мой выбор психологического образования). Каким я вижу свое профессиональное будущее».

Эссе представляет собой сочинение небольшое объема и свободной композиции, выражающее индивидуальное впечатления и соображения по конкретному поводу или общественно значимой теме и заведомо не претендующее на исчерпывающую трактовку предмет.

Особенностями жанра эссе являются:

- Небольшой объем и конкретность темы;
- Личностный подход к ее раскрытию.
- Свободная композиция, определяющаяся движением мысли, впечатлениями, воспоминаниями, ассоциациями;

Свободное использование языка – от слов высокого стиля до разговорной лексики

2) Прочтите фрагмент из книги Ивановой Е.М. Психология профессиональной деятельности. М., 2006. С.21-22.

«Чем является для человека профессия? Может ли профессия «ожить» без человека? Почему в практике профессионального труда востребована психологическая наука? Как обеспечить взаимосоответствие человека и профессии? Эти вопросы являются стержневыми в проблеме психологического изучения профессиональной деятельности.

Человек начинает думать о том, кем он будет в разные периоды своей жизни. Уже у детей дошкольного возраста появляется мечта быть каким-то специалистом (милиционером, шофером, летчиком, художником, артистом, доктором, поваром и т.п.). В школьном возрасте наступает осмысление собственного будущего «в мире профессий», а при завершении школьного обучения возникает потребность осознания кем быть, появляются вопросы: что я могу? чего хочу? что знаю? где учиться? Но это все прелюдия к сложному, длительному, трудно прогнозируемому пути в профессию. Настоящая «жизнь» в профессии начинается с того самого момента, когда человек становится «проводником» профессии, т.е. активным деятелем, созидателем социальных ценностей.

Жизнь человека — духовная и физическая — ее ценность, богатство и сохранность в большей мере связана с успешной «жизнью» в профессии.

Профессия как род занятий человека, нормативно регламентированный социальными, юридическими и техническими правилами исполнения,

реализуется в трудовой деятельности и существует независимо от желания исполнителя. Этот род занятий появляется в разных сферах (идеологической, общественной, производственной, экономической, потребительской, законодательной и др.) в связи с закономерностями развития общества (научно-техническим прогрессом, культурой, экономикой и т.п.) и потребностью социума, его духовным, интеллектуальным и потребительским спросом. Профессия как объективная реальность «оживает» только в профессиональной деятельности, исполняемой человеком; в то же время, осваивая профессию, человек познает себя, свои возможности и профессиональную реальность как общественную и жизненную необходимость, осознает свою социальную роль и ответственность.

Таким образом, человек и профессия — это два взаимосвязанных явления, нормальное взаимодействие которых позитивно и для общества, и для самого человека как индивидуума и профессионала.

Для каждого мыслящего человека профессиональная деятельность — это целая жизнь, то, к чему он стремится, о чем мечтает; то, что он изучает, познает, осваивает, осознает и преобразует. Профессиональная деятельность поглощает большую часть жизни человека и является ее своеобразным источником. Именно в этой деятельности человек начинает познавать себя...

Ценность профессиональной деятельности заключается еще и в том, что она востребована обществом и человек может осознавать себя в качестве его значимого «организма». И в то же время она же может способствовать не только развитию человека, но и его разрушению. Путь в профессиональную деятельность — это многоэтапный и сложный путь, сопровождающийся кризисами профессионального становления человека как личности […]. Позитивное социально-направленное движение по этому пути требует от человека разумной активизации всех его сил (духовных, психических и физических), как данных природой, так и присущих ему как члену социума.

Ответьте на следующие вопросы:

1. Какое значение имеет для человека профессиональная деятельность?
2. Какие последствия может иметь неправильный выбор профессии?
3. Какое значение для Вас лично имеет профессиональная деятельность?
4. Чем обусловлен для Вас приход на факультет психологии?

3) Прочтите представленный фрагмент книги Э.Ф. Зеера «Психология профессий». Рассмотрите представленную ниже схему 1. Какие из представленных в схеме факторов в наибольшей степени оказывают влияние на Ваше личностное и профессиональное развитие?

«Исследование закономерностей профессионального становления в отечественной психологии привело к определению детерминации этого процесса, объективных и субъективных факторов. Активным, производящим началом признаются объективные обстоятельства - социально-

экономические условия, а следствием отражения этих воздействий - изменения в субъектах.

Положение о первичности социальной детерминации развития личности не означает полного игнорирования биологических особенностей человека. В отечественной психологии признается влияние биологической сущности человека на личностное развитие. Особо подчеркивается ее воздействие на темп и уровень развития.

В какой мере биологическое развитие определяет становление личности? На этот вопрос отечественные психологи отвечают по-разному. Одни придают наследственности в детерминации психических свойств большее значение, другие — меньшее. А.В.Брушлинский, специально проанализировавший проблему предпосылок психического развития личности, пришел к выводу, что на ранних стадиях онтогенеза биологическое выступает в качестве внутренних условий развития. По мере становления личности усиливается влияние внешних (социальных) факторов. При этом внешние причины действуют опосредованно через внутренние условия (Брушлинский А.В. О соотношении биологического и социального в развитии личности // Теоретические проблемы психологии личности. М., 1974.). Профессиональное становление специалиста в основном обусловлено внешними воздействиями. Однако его нельзя непосредственно выводить из внешних условий и обстоятельств, так как они всегда преломляются в жизненном опыте человека, индивидуальных психических особенностях, психическом складе. В этом смысле внешнее влияние опосредуется внутренними условиями, к которым и относится своеобразие психики личности, ее социальный и профессиональный опыт.

В процессе становления профессионала, увеличения масштаба личности субъект все более выступает фактором своего развития, изменения, преобразования объективных обстоятельств в соответствии со своими личными свойствами. Другими словами, профессионал может сам сознательно изменять свою профессиональную биографию, заниматься саморазвитием, самосовершенствованием, но и в данном случае этот процесс мотивируется социальным окружением, экономическими условиями жизнедеятельности (Зеер Э.Ф. Психология профессий. М.: Академический проект, 2006. С.36-37)».

Схема1. Детерминация профессионального становления

Опишите, какие именно факторы обусловливают в максимальной степени Ваше профессионально-личностное развитие.

4) Л.М.Митина выделяет две модели становления профессиональной деятельности:

- адаптивную модель, при которой в самосознании человека доминирует тенденция к подчинению профессионального труда внешним обстоятельствам в виде выполнения предписаний, алгоритмов решения профессиональных задач, правил, норм;

- модель профессионального развития, которая характеризуется способностью личности выйти за пределы сложившейся практики, превратить свою деятельность в предмет практического преобразования и тем самым преодолеть пределы своих профессиональных возможностей.

Адаптивная модель отражает становление специалиста, который является носителем профессиональных знаний, умений и опыта. Модель профессионального развития характеризует профессионала, владеющего профессиональной деятельностью в целом, способного к ее самопроектированию и совершенствованию.

Ответьте на вопросы: Какая из описанных моделей профессионального Вам ближе? Почему? Каким Вы видите свое профессиональное развитие?

5) Авторы книги «Психологическое консультирование и психотерапия» Алан Е.Айви, Мэри Б.Айви, Линк Саймэн-Даунин представляют описание уровней реализации психотерапии. Ознакомьтесь с ними. Возьмите себе на заметку в качестве ориентиров роста профессионализма в работе с клиентами.

Уровень 1. Явно не конструктивные действия психолога во время интервью. Он не способен быть внимательным (резкие движения, тема разговора скачет), прерывает клиента, пропускает важную информацию.

Уровень 2. Действия психолога неконструктивны, но неявно, т.к. он слишком старается помочь. Различия между уровнем 1 и 2 – только количественные. Отсутствие внимания здесь не выглядит необычным – все идет, как у большинства людей в обычной жизни.

Уровень 3. С первого взгляда сеанс протекает нормально; Однако при более глубоком анализе видно, что психолог или терапевт отвлекается от того, что было сказано клиентом. Пересказ идет близко к тексту клиента, но некоторые оттенки смысла опускаются. Многие наши повседневные разговоры похожи на эту беседу. В результате клиента слышно в минимальной степени. Реакция психолога далека от того, что было высказано клиентом.

Уровень 4. Как считают многие, четвертый уровень - это тот минимум, который необходим для психотерапии. При этом ответы равнозначны тому, что говорит клиент. Лучший пример равнозначных откликов - это точное отражение чувств, пересказ или резюме, которое ухватывает сущность сказанного клиентом. Другой пример эмпатии 4-го уровня — открытый вопрос или самораскрытие, которое облегчает беседу с клиентом.

Уровень 5. С этого уровня психотерапия носит уже добавочный характер в том смысле, что психолог вложит что-то дополнительное сверх равнозначной реакции. Сверх точного пересказа или отражения чувств уже идет мягкая интерпретация пробный вопрос; либо имеет место интерпретация, в которой ухвачен неточно смысл сказанного клиентом, но вносится нечто, помогающее его росту. Вообще говоря, 5-ый уровень требует применения методов воздействия или техники вопросов. Неудачное использование этих методик может отбросить вас на уровень 2. Как только вы начинаете использовать методики воздействия, возрастает вероятность совершения ошибки.

Уровень 6. Психолог на этой стадии — по-настоящему интенциональная личность. Навыки внимания и воздействия используются наряду с эмпатией (конкретность, непосредственность). Все это продуцирует более высокий уровень психологической помощи. Для этого уровня характерны плавные и синхронные жесты.

Уровень 7. Это высочайший уровень, и только немногие психологи и терапевты могут его достигнуть. В дополнение к умелому использованию различных микротехник и черт эмпатии, психолог в состоянии быть полностью «с клиентом», присоединиться к нему, не теряя при этом своей индивидуальности и не растворяясь как личность. Некоторые называют это «вершиной» взаимоотношений.

Содержание отчета:

1) представить программу профессионального становления специалиста-психолога.

2) предоставить программы своего профессионального развития.

3. Контрольные вопросы

1) Определить основные этапы профессионального становления специалиста-психолога.

2) Дать характеристику основных этапов профессионального развития психолога.